



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ		180	5,35	3,63	23,89	150,40
*ПШЕНО	23,6	23,4	2,61	0,61	15,98	79,90
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	97,2	97,2	2,74	3,02	4,43	56,57
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,8	64,8	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6	0,00	0,00	3,48	13,93
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ		180	2,77	2,96	18,45	112,22
*ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,08	0,00	0,16	0,96
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45	0,00	0,00	0,00	0,00
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4	0,00	0,00	0,00	0,00
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	95,4	95,4	2,69	2,96	4,35	55,52
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0,00	0,00	13,94	55,74
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,05	8,25	0,08	74,80
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,25	0,08	74,80
БАТОН		45	3,60	0,45	22,10	107,10
БАТОН ПРОСТОЙ	45	45	3,60	0,45	22,10	107,10
			11,77	15,29	64,52	444,52
II Завтрак						
ГРУША		100	0,40	0,30	10,30	47,00
ГРУША	111,11	100	0,40	0,30	10,30	47,00
			0,40	0,30	10,30	47,00
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		200	5,12	3,60	14,88	112,80
*КАРТОФЕЛЬ	66,67	40	0,78	0,16	6,32	29,88
*ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,57	0,25	7,47	46,40
*ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8	0,11	0,02	0,64	3,18
*МОРКОВЬ	10,67	8	0,10	0,01	0,53	2,72
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,02	3,20	0,03	29,02
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0,00	0,00	0,00	0,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	3,69	5,19	39,34	219,22
*КРУПА РИСОВАЯ	51,9	51,9	3,52	0,50	37,26	167,65
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,6	109,6	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0,03	4,65	0,05	42,08
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ		70	11,48	16,47	11,32	239,42
*КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	51,8	51,8	9,15	9,24	0,00	119,58
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,6	12,6	0,92	0,36	6,29	32,02
*МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2	0,51	0,56	0,83	10,59
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8	0,01	2,24	0,02	20,31
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7	0,89	0,00	4,18	20,29

*МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0,00	4,07	0,00	36,63
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		30	1,26	2,43	3,03	38,96
*СВЕКЛА	30	22,5	0,33	0,02	1,92	9,17
*ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,3	5,4	0,08	0,01	0,43	2,14
*ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,3	3,3	0,00	0,00	0,50	2,03
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,1	5,1	0,00	0,00	0,00	0,00
*МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,00	2,33	0,00	20,93
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,54	0,09	28,53	117,91
*СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	21,6	21,6	0,00	0,00	20,91	83,59
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
*ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	50	3,31	0,44	21,20	101,98
			25,40	28,22	118,30	830,29
Уплотненный полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		150	20,56	14,24	25,33	315,69
*ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	106,2	106,2	18,55	9,27	3,09	174,10
*КРУПА МАННАЯ	6,9	6,9	0,69	0,07	4,72	22,02
САХАР ПЕСОК	9,2	9,2	0,00	0,00	8,90	35,61
*ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,6	0,56	0,51	0,03	7,00
*МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0,02	3,69	0,04	33,38
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,6	4,6	0,59	0,00	2,75	13,33
*СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4,6	4,6	0,12	0,67	0,16	7,14
*ЯБЛОКИ	8,6	7,5	0,03	0,03	0,72	3,42
САХАР ПЕСОК	4,3	4,3	0,00	0,00	4,16	16,65
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	1	1	0,00	0,00	0,76	3,04
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,03	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,8	26,8	0,00	0,00	0,00	0,00
ДЖЕМ		30	0,00	0,00	8,25	33,00
*ДЖЕМ	15,2	15	0,00	0,00	8,25	33,00
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ		180	0,18	0,07	24,83	101,94
*СМОРОДИНА ЧЕРНАЯ СВЕЖЕ МОРОЖЕННАЯ	18	18	0,17	0,07	1,27	7,68
*ВОДА ПИТЬЕВАЯ	167,4	167,4	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	18	18	0,00	0,00	17,42	69,67
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	8,1	8,1	0,01	0,00	6,14	24,59
БАТОН		30	2,40	0,30	14,73	71,40
БАТОН ПРОСТОЙ	30	30	2,40	0,30	14,73	71,40
			23,14	14,61	73,14	522,03
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,71	58,42	266,26	1 843,84